

ભદ્રચ સેનિટરિ એસોસિએશનની

આરોગ્યમાળા નં. ૩

કૌલેરા--કોમળીયું.

કર્તા.

ડૉ. જહાંગીરજી અરદેશર-ટેલાવાલા.

L. M. & S

પ્રકાશક.

ભદ્રચ સેનિટરિ એસોસિએશન.

મત ૧૯૧૬

મત ૧૫૦૦

પ્રાથમિકર સ્થાપક

મુદ્રક ૮-૮-૬

"પ્રાન્સ એન્ડ વેસ્ટ" પ્રેસ લાડન.

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ગુજરાતી કૉપીરાશિદ વિભાગ]

અનુક્રમાંક ૬૬૮૧ વાર્ષિક

પુસ્તકનું નામ કોલર - જી. પાથું

વિષય ડે ૨૫ : ૮૨૫૪ : ૬

Forward.

Number 3 of our Sanitary literature series, being a lecture delivered by Dr. J. A. Kelawala M. M. & S. on Cholera, is now put before the public. It is hoped that it will have a wide circulation, as the price is kept so low as to enable the poorest to buy it and to make it reach every cottage. Its benefits will be perceived specially, in the villages, where water scarcity is chronic and medical aid and sanitation are backward as compared with Municipal and urban areas.

The Broach Sanitary Association Broach. } *Adherji M. Dalal*
1st June 1916 } *Narkhari K. Desai*
Hon. Secretaries.

જે બોલ.

અમારી આરોગ્યમાળાનો ત્રીજો મહુકો, ૩૦ જાહાંગીર અરદેસર કેલાવાલા. એલ. એમ. એન્ડ એસ. નું લાખણ હવે છપાઈ બહાર પડ્યું છે. ગરીબમાં ગરીબ માણસના કુપડામાં પણ એને આવકાર મળે એવા ઇરાદાથી એની કીમત ઘણીજ સસ્તી રાખી છે. મ્યુનિસિપાલિટીવાળા શહેરો અને કસ્બાઓ કરતાં જે ગામડાઓમાં પાણીનો ચાલુ દુકાળ છે અને જ્યાં વૈદક અને ગામ આરોગ્યના કાયદાઓનો અમલ પછાત છે, ત્યાં ખાસ કરીને આનો ઉપયોગ વધારે જણાશે.

ભરૂચ સેનિટરિ એસો- } આદરજી મંચેરજી દલાલ
સિએશન-ભરૂચ. } નરહરિ. કે દેસાઈ.
તા. ૧ જુન ૧૯૧૬ } એ. સેક્રેટરીઓ.

ગુજરાત વિધાપીઠ ગ્રંથાલય
અ. સ. નં. ૮૮૮૮
અ. સ. નં. ૮૮૮૮-૮૮૮૮

૩૨૫: ૮૨૫૨: ૬ ૩૩૫

કૉલેરા.



એ ધણા માણસોને લાગુ પડી ઝડપથી અથવા એક પછી
એકને લાગુ પડી આગળ વધતો રોગ છે.
વ્યાખ્યા. તેના હુમલા ધણા સખ્ત અને ધણી ઝડપથી
જીવ લેણી નીવડે છે. અજના નળમાંથી

ગુબ્બા પ્રવાહી પદાર્થ ઊઘટી અને ઝાડા રૂપે નીકળે છે. પેશાબ
પહોંતે થોડો થઇ પછી તદન બંધ થઇ જાય છે. શરીર સોહરઇ જાય
આંકડીઓ આવે છે, અને દરદી તદન નસોસ થઇ જાય છે.

એ દરદ અસહ્ય એક્ષીયા ખંડમાંજ જણાયલું હતું, તેથી
એને એશિઆટિક કૉલેરા પણ કહે છે.

ઇતિહાસ. ૧૮૨૯-૩૦ પહેલાં તે યુરોપમાં જણાયલો
નહતો. ૧૮૧૭ પહેલાં તે આખા હિંદુસ્તાનમાં
ફેલાયો હતો કે નહિ તે ચોક્કસ નથી. સખબ એ કે કૉલેરા એક શહે-
રમાંથી બીજે શહેર ફેલાવાની ચોક્કસ શોધ નથી. કૉલેરાનો રોગ
હિંદુસ્તાનમાં સૈકાઓ થયા જાણીતો છે. કોઇ કોઇ ભાગમાં તે
હંમેશા માલમ પડે છે. જેમકે બંગાળનો નીચલો ભાગ એથી
અવારનવાર મોટા વિસ્તારમાં જોરથી ફેલાઈ જાય છે. બંગાળમાં
ગંગા નદિના મુખ આગળના ત્રિકોણાકારના મુઝકમાં કાટી

નીકળ્યો અને ટૂંક વખતમાં તે હિંદુસ્તાનના મોટા વિસ્તારમાં
પથરાયો હતો. અને બીજા ૧૦-૧૨ વર્ષમાં અફઘેશ, ચીન,
તાર્તરી અને ઇરાન સાથે લગભગ આખા એશિયામાં ફેલાઈ
ગયો. સને ૧૮૨૯ માં તે તાર્તરી અને ઇરાનમાં થઇને યુરોપમાં
દાખલ થયો. થોડા વખતને માટે તે અટકાવવામાં આવ્યો પણ
પાછળથી તે ફરી ફાટી નીકળ્યો અને સને ૧૮૩૧ની વસંત
ઋતુમાં પશ્ચિમમાં થઇને પોર્ટુગલમાં અને અકટોગરમાં હંમબર્ગ,
બર્લિન અને વિએનામાં તેણે દેખાવ દીધો. તેજ મહિનામાં
સર્વનલેંડમાં તેના કેસો દાખલ થયા. અને ચૌદ મહિના સગા
આ રોગ ચાલુ રહ્યો. આ પ્રમાણે યુરોપના વાપવ્ય ખૂણામાં
થઇને મરફીના બે પિલાગ થયા. એક આટલાંટિક મહાસાગર
ઓળંગીને સને ૧૮૩૨ માં કવીએકમાં જળાયો અને ત્યાંથી
ઉત્તર અમેરિકામાં પથરાયો, બીજો પશ્ચિમ તરફ વળ્યો અને
ક્રાન્સ, સ્પેન, ઇટાલી અને આફ્રિકાના ઉત્તર કિનારાપર ચાલુ
હુમલા કર્યા. અને ૧૮૩૭ સુધી યુરોપ તેનાથી છોટાનું મુકત
થયું નહિ. સને ૧૮૧૭ ના હુમલા પછી બીજી વખત એ
રોગ હિંદુસ્તાનમાં ચાલ્યો હતો. અને કેટલીક વખત લાંબી
યુરોપમાં ફેલાયો જે કે હંમેશા પહેલી વખતનેજ રસ્તે ફેલાયો નહતો.

યુરોપમાં કાગળીઆનો પહેલો હુમલો સને ૧૮૩૧ કે
૩૨ માં ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે ફેલાયો હતો, બ્યારે બીજો
સને ૧૮૪૯-૫૦ માં, ત્રીજો સને ૧૮૫૩-૫૪ માં અને ચોથો
સને ૧૮૬૫-૬૬ માં હતો. દરેક વખતે ઓવી જગ્યાઓએથી
આવતા ઉતારઓ અને ખલાસીઓ માર્ગે રોગ ફેલાયો હતો,
અને તેનો સામાન્ય ફેલાવો સૌથી પહેલો હંમેશાં રશ્યાનિક

જાંદરો ઉપર થતો કે જ્યાં એવા ઉનાર્યો દાખલ થતા હતા. આ મરકીનો સામાન્ય ઇતિહાસ ઇંગ્લેન્ડના સંબંધમાં એવો છે કે તે ક્રાંતી નિકળ્યાના પહેલા વર્ષમાં પાનખર ઋતુ દરમ્યાન તેની શરૂઆત છૂટી છવાઇ હતી અને શિયાળો પાછો આવતાં તે અંધ પડી ગઇ તે તે પછીની વસંત ઋતુ અને ઉનાળા અને પાનખર ઋતુની શરૂઆત દરમ્યાન તે ઘણા જોરથી ફરીથી દેખાયા અને એ ત્રણ ગણિતા સુધી બીજા વર્ષે આવ્યા પછી તે નદન નાશુ થઈ ગયો. આ ઉપરથી દેખાય છે કે તેના ફેલાવાનો આધાર મોટે ભાગે રતુ ઉપર છે. અને ખરેખર એ સંબંધમાં જનરો સામીતી છે કે ભારે गरમી દરમ્યાન તેનો ઉપાડ વધારે થાય છે. અને ઠંડી તેના ઉપાડને અટકાવનારો છે. વાલુ કોન એનક્સ નિયમ નવો. સગળ શિયાળા દરમ્યાન ઘણાજ સખત રૂપમાં તે મોરકો, સ્વીકન અને બોગ ઘણા ઠંડીવાળા દેશોમાં માન્ય પડ્યો હતો. આપણા બહુમાં પણ છેલ્લા બે કેરા જે દેવેરો ક્રાંતી નીકળ્યો હતો તે ઈસેમ્બર અને અને જાનેવારી જેવા ઠંડીના વખતમાં જળાયો હતો. સને ૧૮૪૮-૪૯ ના યુરોપની મરકી દરમ્યાન સ્ને અને વિલીયમ બેડે પાણી માર્જન ફેલાતા એ રોગના એપના વિચારો જાહેરમાં મૂક્યા. જે કે ત્રીગ દસ વર્ષ પછીના જનરા હુમલા સુધી એ વિચારો ઇંગ્લેન્ડમાં કમુલ રાખવામાં આવ્યા નહતા. હિંદ અને યુરોપમાંના એના છટ્ટી વખતના સને ૧૮૭૬ થી ૮૭ સુધીના હુમલા દરમ્યાન કોકે એને લગતા જંતુઓ શોધી કાઢ્યા. કે જે ઉપરથી જંતુ વિદ્યા મજબૂત પાયા ઉપર મૂકાઇ અને તેના અટકાવના અથવા તો યુરોપ અને અમેરિકામાં સૂચકની નહેર આંધવાથી આવવા જવાના સાધનોની સુગમતાને લીધે ક્રાંતી

નીકળવા ઉપર અંકુશ મૂકવાના ઇલાજો કરી શકાયો. એ ઉપરથી સાબીત થાય છે કે એ રોગ એક દેશથી બીજો દેશ માણસ માર્શિતે, જમીન અથવા ફરીઆને રસ્તે દાખલ થઈ શકે છે. અને ઑસ્ટ્રેલિઆ જેવો દેશ કે જ્યાં જવા આવવાનાં સાધન થોડાં છે ત્યાં હજી ફેલાયો નથી.

કયા કારણ અથવા કારણોને લીધે કોલેરા ફાટી નીકળે છે ? આ સવાલ ઉપર ઘણી ચર્ચાઓ કારણો. અને તપાસ ગયા ૫૦ વર્ષ દરમિયાન થયાં છે. કોઈ વખતે એકાએક જોરમાં ફાટી નીકળી

ઝડપે ફેલાઈ જાય છે. કોઈ વખત ધીમેથી શરૂ થઈ થોડા વખતમાં નાબુદ પણ થઈ જાય છે અને કોઈ વખતે એક દેશથી દેખાવ દઈ મિયમસર આગળ નહિ વધતાં દૂર દૂરના ભાગોમાં દાખલ થઈ છે અને વચમાં વસેલા ભાગોમાં દાખલ થઈ શકતો નથી. કયા સ્થાનિક સંજોગો ઉપર તેના ફેલાવાનો આધાર રહેલો છે ? પેટન રાફેરના કહેવા પ્રમાણે તેનો આધાર ભોંયના ખાસ ગુણો, પાણી સોસે એવી જમીન, અને હવા દાખલ થઈ શકે પણ પાણી વગરની જમીનના વધારાના થરો છે. દરિયાને કાંઠે ઉંચાઈપર આવેલા દેશો કરતાં નિચાણવાળા દેશોમાં એ ફાટી નીકળવાની વધારે ખાસ્તી છે. તે ગાણુસના વહેવાર અને વેપારને રસ્તે ફેલાય છે, પવનથી તે ફેલાતો નથી. યુરોપમાં તે જ્યારે પણ ફાટી નીકળતો ત્યારે ખંદરો ઉપર તે જણાતો અને સાંથી રેલ્વે અને વેપારના બીજા સાધનો માર્શિતે આખા દેશમાં એકાએક નહિ પણ સ્થાનિક સંજોગોની મદદથી ફાટી નીકળતો. કોલેરા જો કે સીધી રીતે એમી નથી, તોપણ કોઈ

પણુ તદ્દન છૂટા પડી રહેલા દેશ અથવા તો ગામમાં માણુસના હાથથી આપાત થયા વિના દાખલ થતો નથી. ડૉન રુનોએ કેટલાક વર્ષો ઉપર કોલેરાનો ચેપ દરદીના ઝાડા ઉલટીથી દૂષિત થએલા પાણી માર્શને અમની નળીમાં થઈને માણુસમાં દાખલ થાય છે, એવો વહેમ બનાવ્યો. અને તેના ટેકામાં નીચેલો દાખલો ટાંક્યો હતો. સને ૧૮૪૯ માં કોલેરા લંડનની દક્ષિણમાં ધણા ગંતરથી ફાટી નીકળ્યો હતો તે સપાટી ઉપરના પોવાના પાણીના ફૂલાઓને લીધે અને પાણી પૂરું પાડનારી સાઉથ આર્ક બ્રંડ પોલસ હોલ અને લેમ્બેથની કંપનીઓ કે જે હંગર શૉડ બ્રીજ અને બેટર્સીફીલ્ડઝની નજદીકમાં અસંતોષકારક રીતે રચના કરેલું પાણી થેમ્સમાંથી પૂર પાડતી હતી. સને ૧૮૫૪માં કોલેરા લંડનમાં ફરીથી વધારે ગંતરમાં આડ્યો, પણ ૧૮૫૪ ના વર્ષની વચ્ચે લેમ્બેથ કંપની હંગર શૉડબ્રીજથી થેમ્સડીટન નામની જગાએ ખસેડી ગઈ હતી. અને તેથી ૧૮૪૯ કરતાં વધારે ચોખ્ખું પાણી પૂરું પાડતી હતી. બીજી કંપનીએ બેટર્સીફીલ્ડઝની પાંડાસમાંથી પોતાનું પાણી લેવાનું જાણી રાખ્યું હતું. આ વખતે બેક કંપનીઓ એક બીજા સાથે હરિદ્રાઈ કરતી હતી. અને ધણી શેરીઓમાં તેમના નળો પાસે પાસે અને ઘરોમાં એકજ બાતની આરોગ્ય સ્થિતિમાં જતા હતા. અને તેમાંથી જીદી બાતનું પાણી પૂરું પાડવામાં આવતું હતું. કોલેરાનો ફેલાવાનો સાંભાળભરી રીતે, આ વર્ષ દરમિયાન દક્ષિણ લંડનમાં ડૉનરુનોએ રજીસ્ટર જનરલની મદદથી તપાસ ચલાવીને તેનું પરિણામ નીચે પ્રમાણે આવ્યું.

સાઉથ આર્ક કંપની તરફથી બીગાડવાલું પાણી પૂરું
પાડવામાં આવતાં ધરો.

સને ૧૮૫૧ની	૧૪ અઠવાડીયામાં	દર દરમિયાને કોલે-
વસતિ.	કોલેરાથી નીપજેલાં	રાતું મરણુ
	મરણો.	પ્રમાણ.
૧૭૩,૭૪૮	૪૦૬૩	૧૫૩

લેમ્બેથની કંપની તરફથી ત્રીસે ચામ્પ્સ હાઇલું પાણી
પૂરું પાડવામાં આવતાં ધરો:—

૧૭૩,૭૪૮	૪૬૧	૨૬
---------	-----	----

ગ્યારે વિગતવાર ઉપલી હકીકતો તપાસવામાં આવી
ત્યારે જણાવ્યું કે જે મહેલક અને લનાઓમાં સાઉથ આર્ક
કંપની પાણી પૂરું પાડતી હતી, તે ધરોમાંજ ચૂંટી ચૂંટાંત
કોલેરા થતો. એ મરકી દરમિયાન લાંડનના ગોલ્ડન સ્કવરની
પાસે થોડા ભાગમાં રોગનો હુમલો થયો જે નોંધવા લાયક છે,
ને તેની વિગતો ડા૦ રેનાએ પાગુ તપાસી હતી. ઓગષ્ટની ૩૦
મી સુધીમાં નજદીકમાં થોડા કેસ થયા હતા. અને તેની સંખ્યા
નવ હતી, ૩૦ મી તારીખે ૮ કેસ થયા જે આખરે જીવલેણ
નીવડ્યા. તા૦ ૩૧ મીએ ૫૬ કેસ, તા૦ ૧ સપ્ટેમ્બરે ૧૪૩,
તા. ૨ જુએ ૧૧૬ અને તા. ૩ જુએ ૫૪. અને સાર પછી તા.
૬ સુધીમાં ૪૬-૩૬-૨૭-૨૮-૧૨-૧૧ થયાં, જે પછી રોગ
અડધી તદ્દન નાબુદ થઈ ગયો. તા. ૧૬ મી ઓગસ્ટ ને ૩૦
સપ્ટેમ્બર સુધીમાં ૬૧૬ સાબુસો ઉપર એ રોગની જીવલેણ

હુમલા થયા. તેમાંના ૪૧૫ માણસોને તા. ૩૧ ઑગસ્ટ અને ૪ થી સપ્ટેમ્બર દરમિયાન લાગુ થયો હતો. એની લંબાણુ વીમતોમાં ઉતરવા કરતાં ડૉ. રનોએ કચેલી તપાસ ઉપર ધ્યાન આપીશું. ડૉ. રનોએ નિઃસંદેહ એમ પૂરવાર કર્યું હતું કે એકાએક ફાટી નીકળેલી મરઢીનું ચોખ્ખું કારણ મહોલ્લાની મોરીઓથી ખરાબ થયેલા પાણીનો પાંપ હતો અને તે રોગના ફેલાવાની અને એપવાળી જગ્યાએ હતો. તેનું પાણી ઘણું વખણાતું હતું. અને પાસેના લોકો તે પીતા હતા. વળી સને ૧૮૬૬ ની મરઢીના સંબંધમાં નોંધવા લાયક બાબતો એ છે કે તે પૂર્વ લંડનના ઘણાજ નાના વિભાગમાં બેથલેન્ડમીન, વ્હાઈટ એપલ, સેન્ટ જ્યોર્જ્સસ્ટ્રીટની, ગાઈલ એડ પોપ્લર, અને રોટફોર્ડ અને વેસ્ટહામના પરામાં ફેલાયા હતા. પ્રીવિ કાઉન્સિલના બે એક અગવડારની દેખરેખ હેઠળ મી. રેકકલ્ડે તદ્દન એકસાથે સાબીત કરી આપ્યું હતું કે રોગની મરઢી ઈસ્ટ લંડન કંપની તરફથી પૂરું પાડવામાં આવેલા અશુદ્ધ અને દૂષિત પાણીને લીધે આ જગ્યાએએ ફેલાઈ હતી, માટે એ તો ખરી વાત છે કે કોલેરાનું ઝેર પીવાના અશુદ્ધ પાણીથી ને જે જે ખાવાના પદાર્થોમાં તે નાખવામાં આવે છે તેનાથી ફેલાય છે. આપણી તરફ પણ બજારોમાં પાણીથી કોલેરાનો ઉપદ્રવ થાય છે. એ મુબંબઈમાં નલના પાણી દાખલ થયા પછી એ રોગ સ્થાંથી લગભગ નાખુદ થઈ ગયો છે. જ્યારે લોકો કુવાના પાણી વાપરતા હતાં ત્યારે કોલેરા અવાર નવાર માલમ પડતો પશ્ચુ વીહાર, તુલસી અને તાનસાના પાણી મલવા-પછી એ રોગ નાખુદ થયો છે.

અમદાવાદમાં પણ નળના પાણી દાખલ થયા પછી કૉલેરા અટક્યો છે. તેમજ સુરત અને દાખણના બીજા શહેરોમાં પણ ચોખ્ખું અને પુરતું પાણી જ્યારથી મળવા લાગ્યું છે ત્યારથી એ રોગ કવચીતજ માણસ પડે છે.

આપણા શહેરમાં પણ સોળું પાણી પુરતા જથામાં પુર પાડવાની યોજના સંબંધી નામદાર સરકાર તરફથી અખતરા અને લગભગ ચાર વરસ થમાં થાય છે, પણ કમનસીબે હજી તેનું કશું આશાવંત પરીણામ આવ્યું નથી. તેથી આશરે દશ પંદર વરસ સુધી આપણા શહેરમાં નળના ચોખ્ખાં પાણી મળી શકશે એવો કશો સંભવ અથવા આશા નથી.

એ તો હવે સર્વ માન્ય વાત છે કે કૉલેરાનું ચેપી સાધન ફક્ત સૂક્ષ્મ દર્શક વંત્રથી જોઈ શકાય એવું રોગનું ઉત્પાદક જંતુ છે. તેનો ખાસ આધાર હોય છે અને કારણ. તે એ રોગના દરદીના આંતરડામાંથી જાડાને ઉછટીના રૂપમાં નીકળતા પ્રવાહી સાથે બહાર નીકળે છે. આંતરડામાંથી વારંવાર જાડા અને ઉછટીના રૂપમાં નીકળતો પ્રવાહી પદાર્થ આ રોગના ખાસ લક્ષણો છે. આ રોગોતા સંબંધમાં દરદીઓના સમાજમમાં આવતું જોખમ ભરેલું નથી. પરંતુ જાડા અને ઉછટી મારફતે ને તેનાથી બગડેલાં કપડાં ને પાણી મારફતે ચેપ દરદીઓ દ્વારા છે. વ્યવહારીક રીતે ઘણા યોગજ કેસોમાં અને ઘણે યોગજ દુર જાગ મારફતે ચેપ ફેલાય છે. કૉલેરા કેસોને મોટો ભાગ માનુષી જનપદારથી ફેલાય છે એટલે જ્યાં કૉલેરાનો દરદી જાય છે, ત્યાં

૧૫૦ કેલાપાદ.—“કેલેરા.”

(૭૦ ને ૮૦ એ૦)



કેલેરાનાં જંતુઓ પાણીમાં

ચિત્ર નં ૧.

ભારતીય ને નિયંત્રણીય ને નિયંત્રણ.

સાચું ને સાચું ને સાચું.

તેનો ચેપ જાય છે. અર્નેસ્ટ હાર્ટસ કૉલેરાના ચેપનું ધણું સારું વર્ણન આપે છે, કે તમે કૉલેરા ખાધ કે પી શકો, પણ તેને તમે પકડી શકો નહિ એટલે તમે દરદીને અઠકા તો તમને તે લાગુ પડે નહિ. પણ જો તમારા ખાવામાં અથવા પીવામાં કૉલેરાના જંતુ બેલાયાં હોય તો તમને તે લાગુ પડી શકે. કૉલેરાનો જંતુ નાનો, વાંકવાળો, સૂક્ષ્મદર્શકથી જણાતો ને દ્રાખા અથવા સાતના આંકડાને મળતો હોય છે. તે હાલતું ચાલતું અને એક છેડે ચાપુક જેવું છે. તે ક્ષમના જંતુ કરતાં નાનું છે. તે સને ૧૮૮૩માં ડોકે શોધી કહાડ્યું અને પછી તેની ઉપર અખતરા કરી તેને જુદા જુદા પ્રવાહીમાં ઉછેરીને સસલા-ઓના ખોરાકમાં ભેળી તેમને ખવાડ્યાં, જેથી તે જનવરોમાં કૉલેરાની બધી નીશાનીઓ જણાઈ અને મરી પણ બયાં. એથી સાબીત થયું કે એ રોગનું કારણ એ જંતુઓજ છે. સામાન્ય રીતે એક વખત કૉલેરા થઈ જવાથી બીજી વખતના હુમલા માટે સલામતી થઈ જાય છે.

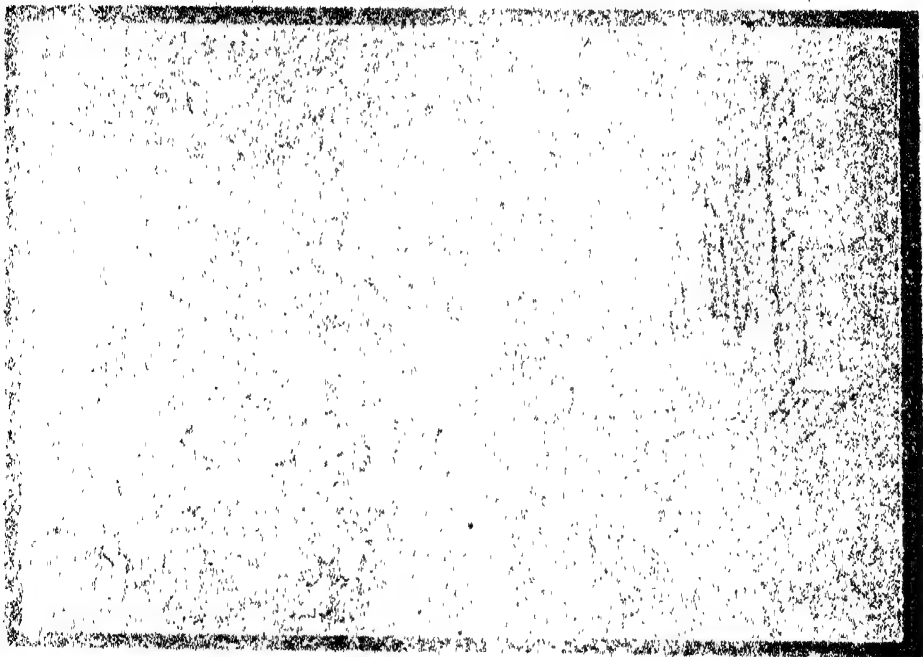
ચિન્હોના ત્રણ તત્ત્વકાઓ થઈ શકે છે.

ચિન્હો. ૧. શીરગાતઃ--હુમલો એકદમ અથવાતો

ધીમે હોય છે, ત્યારે ધીરે ધીરે વધતો હુમલો હોય છે, ત્યારે તે ઘણા ઝાઝા થવાથી અને દુઃખથી તદ્દન નિર્બળતા, સામાન્ય અણુગમો, મગજમાં ઘુઘવાટો ને ફિક્કા ચિંતાતુર અહેરા ઉપરથી જણાય છે. આ તત્ત્વકા દર-મ્યાન આપણે અસરકારક રીતે ચેપી તત્ત્વ સામે હુમલો કરી

શરીરે. એકાએકના હુમલા વખતે દરદી ભયભરેલી રીતે ન ખાઈ
 જાય છે, અને સામાન્ય રીતે રાત્રે અથવા મળસૂકે જખરા
 જીલાળનો હુમલો થાય છે. આંતરડામાંનો સમૂહ જખરા પ્રવાહી
 કરાની સાફક તૂટી પડે છે ને ઝડપથી લોહીમાંના પ્રવાહી તત્વો
 વહી જાય છે. ઝાડા ઉલટી પહેલાં પિત્ત જેવાં રંગના હોય છે.
 અને પાછળથી રંગ વગરના ચોખાના ચોસામણના જેવા થાય
 છે. તેમાં સાતતા આંક જેવા, અને બીજાં અસંખ્ય જંતુઓ
 હોય છે. વળી તેજ વખતે તેજ જાતની પુષ્કળ પ્રવાહી ઉલટીઓ
 પણ થાય છે. જખરી અને ઘણું દુઃખ આપનારી ચુંક, આંક-
 ડીઓ આંતરડાં અને પેદામાં થાય છે. એટલેથી જો ઝાડો,
 ઉલટી ઓછી થાય છે, દુઃખાવો નરમ પડે અને નાડી ચાલુ
 રહી હોય તો દરદી સારો થવાની આશા રહે છે. પણ જો ઝાડા
 ઉલટી ચાલુ રહી તો દરદી તે પછી બીજા તબક્કામાં દાખલ
 થઈ નદાલ થઈ જાય છે. (૨) ઝાડો છૂટી જવા પછી થોડા વખતમાં
 આ પ્રમાણે થાય છે ને તેનાં ચિન્હો આંતરડામાંથી સોપેલા
 પદાર્થને લીધે હોય છે અથવા તો શરીરમાંથી નીકળી ગયેલા
 પુષ્કળ પ્રવાહીને લીધે કે ઘાડું થઈ ગયેલું લોહી ઝડપથી ફરી
 શકતું નથી. તેને લીધે નળણી દોરા જેવી કે નહિ જણાતી
 નાડી થઈ ગઈ હોય છે તેને લીધે એ હોય છે. શરીર શીયાનક
 રંગનું ઠંડુ સંકેતાયેલું ને ઠંડા પરસેવાથી લીનયલું હોય છે.
 ચહેરો સોહરાઈ જાય છે. આંખો ઉંડી ખાડામાં ગયેલી, જીભ
 સીસા જેવી, ઠંડી અને વાસ પણ ઠંડો હોય છે. ખગલમાંની
 ગરમી સામાન્ય કરતાં ઓછી એટલે ૯૩-૯૪ ડીગ્રી હોય છે.
 દમ ઝડપથી ચાલે છે. શરીરમાંથી પ્રવાહી એકદમ નીકળી
 જવાની દુઃખદાયક અસર જખરી વરસ છે. દરદી ખાણી માટે

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥
 (ॐ नमो भगवते)



अक्षरान्तरं श्री-पुष्पक पात्र ११.
 विष्णु श्री २.

भारत - विदेशीय विभाग

ટળાયજે છે, અને કાલાવાલા કરી વધુ અને વધુ મગિ છે. કેટલીક વખત બેચેની અને કેટલીક વખત સંપૂર્ણ માનસિક અલ્પગમો હોય છે, ભાન જતું રહેતું નથી અને દરદીને જવાબ આપવાને જગાડી શકાય છે. જો કે અવાજ નબળો અથવા બેસી જાય છે. લોહીમાંથી પાણી વહી જવાનું બીજું પરીણામ પેશાબનું બંધ થવું હોય છે. આ નઠાલ થઈ જવાના વખત દરમ્યાન બાર કલાક અથવા તો એછા વખતમાં અથવા તો બીજા દિવસ સુધી લંબાઈને મોત થાય છે, અથવા તો દરદી આ દમલો થઈ જવાના તબક્કામાંથી ત્રીજા તબક્કામાં દાખલ થાય છે તેને સુધારો કહે છે. કદાચ યોગી ઉંઘ પછી લોહીના ફરવામાં સુધારો થાય છે, શરીર વધુ ગરમ થાય છે એહેરો એછો લેવાઈ ગયેલો હોય છે, અને તેનો રંગ કંઈક પાછો આવે છે. બગલમાંની ગરમી એક જો ડીગ્રી વધે છે. ઘણી વખતે આરામ ઘણી ઝડપથી થાય છે (૩) કેટલાકના સંબંધમાં સુધારાના તબક્કા દરમ્યાનજ રોગ ફરી ઉભજે છે, ઝાડને ઉભટી ફરી શરૂ થાય છે અને નાંખાઈ જવાને લીધે મરણ નીપજે છે. કેટલીક વખતે થોડોજ સુધારો થાય છે. અને નાડી નગળી રહે છે. શરીર ઠંડુ અને જ્ઞાનતંત્રનો ઉરકેરાયલાં હોય છે. ઉંઘ નહિ આવવી બેચેની અને ગાંડબણ જેવી ઉરકેરણી પણ થાય છે. બંધ થઈ ગયેલો પેશાબ ફરી પેદા થાય છે, અને એ સારી નિશાની ગણાય છે. કેટલીક વખતે આ રોગનું “ક્રાલેરા સીસીઆ” રૂપ જણાય છે. અને તેમાં ઝાડો થતો નથી અને આ મોટે ભાગે ઝડપી જીવલેણરૂપ છે અને મરણ પછી દરદીને ચીરતાં તેનાં આંતરડાં એખાના એસામણ જેવા મળવિકારથી બરેલાં

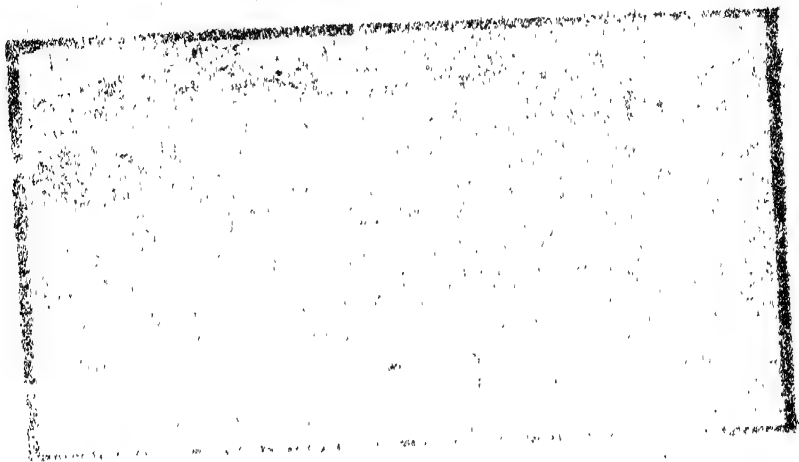
જાણાય છે. એ સંબંધિત છે કે આ સંબંધમાં ઉત્તરીનું જોર
તાત્ત્વજ્ઞો ઉપર ખાસ કરીને ભારે ઝેરી હોય છે અને
આંતરડાની આસપાસનો ભાગ નબળો પડી જાય છે અને
ગાંડપણ માફક દરદી ઉકેડેરાઈ જાય છે.

મરકીના વખતમાં મરણ પ્રમાણ
કોને ત્રધારે લાગુ ૪૦ થી ૬૦ ટકા જેટલું જાય છે. તે
પડે છે. ઘણા નાના અને વૃદ્ધને માટે ભયંકર છે.
અને જે માંદગાર રહે છે, ઝોછા
ખોરાક અથવા અનારોગ્યના સંબંધોને લીધે દુબળા થયા હોય
છે અથવા તે જે કામના છાકટા હોય છે તેમને જલદી
અને સખત રીતે લાગુ પડે છે. નાપસંદ ગણાતા ચીન્હો ઘણા
હોય છે. અને જળરા ઝાડા ઉત્તરી, ઝડપથી નાંખાઈ જવું,
જે ચાઇ મચેલી અને ઠંડી ચામડી, પ્રુબ્બા ઠંડો પરસેવો, નાડ
મેશી જવી, અને પેશાબનું બંધ થઈ જવું.

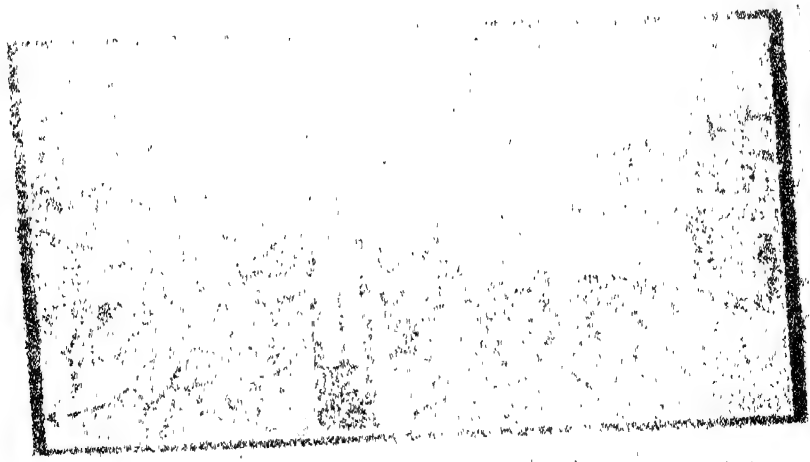
સ્થાનીક પીવાના પાણીના સંબંધમાં
અટકાવવાના ખારીક તપાસ થવી જોઈએ. તેવીજ કાળજી
ધરાળે. દૂધના સંબંધમાં રાખવી જોઈએ, કેમકે
તેમાં પણ વેચતાં પહેલાં પાણી રેડવામાં
આવે છે. પાણી પીવાના ઉપયોગમાં લેતાં પહેલાં સંભાળથી
ઉકાળવું અને બની શકે તો "ફીલ્ટર" કરવું જોઈએ. ઘરના
કચરા અને મેલાં ખસેડવાં જોઈએ અને અસ્વચ્છ જગ્યાઓમાંનો
ગંદવાડ બહાર અને અંદરથી સાફ કરીને "ડીસેન્ટ-ફેક્ટ" કરવા,
દવાથી ધોવા જોઈએ, ઝાડા અને ઉલટીઓ "બાઇ ફોર્મીડાઇન"

પોટાશ" તેના વાસણોમાં રેડીને શુદ્ધ કરવામાં આવે છે. વળી તે વાસણોમાં ૨૦ લાગ પાણી અને એક લાગ કારબોલિક એસીડ રેડવામાં આવે છે. જે એ દવા ન હોય તો ચૂનેન અથવા ચૂનાનું ઘાડું પાણી નાંખવું. તેમને દરદીના મિછાના પાસેથી તરતજ ખસેડીને નીચે પ્રમાણે નીકાલ કરવો. શુદ્ધ કરેલા કોલેરાના ઝાડાઓ, કુવાઓ, અને માણસની રહેવાની જગ્યાઓથી ખની શકે તો દૂર ઉંડા ખાડામાં દાટી દેવા. અથવા જ્યાં મ્યુનિસિપાલીટીનો એ વિષે કરેલો ખદોખસ્ત હોય ત્યાં તેના દેડાંએને આપી દેવા. ઓરડાને છુટથી ફીનાઇલ કે "પોટે-સીયમ પરમેંગનેટ" થી ધોવો. અને તે જગ્યા જે લીપેલી અને મટોડાની હોય તો તેના પોપડા ખોદી કાઢવા અને તે જગ્યાએ થોડી ચેહ સળગાવવી. જેથી જંતુઓ નાશ પામશે. અને પછી થોડા દિવસે તે ઉપર ફીનાઇલ છાંટી તે ફરી લીપી લેવી, અને ખીજાનાને બાળી દેવું. શારિરીક અતિશય શ્રમ, તમામ જાતનો હૃદયહારનો મગજનો શ્રમ છોડી દેવો, ખોરાક, કસરત અને શારિરિક અને માનસિક શ્રમમાં મધ્યમસર રહેવું. ને કેફી પીણાઓના સંબંધમાં ઘણું નિયમિતપણું ખાસ કરીને જાળવવું જોઈએ. સઘળા રસોડાં અને કચરાના કોદારો સાફ થવા જોઈએ અને કચરાનો નાશ કરવો જોઈએ. કામ કરવાના, સૂવાના કે બીજા ઓરડાઓમાં ધીમ વસ્તિ થવી જોઈએ નહિ અને જોઈતી હવા આવે એમ કરવું જોઈએ. ઘૂળ કાઢપણુ જગ્યાએ ભેચી થવા દેવી ન જોઈએ અને સઘળા ભોંય તળી-આંચો, અલરાષ્ટ્રો વીગેરે ઉપરથી વારંવાર આવા થરો દૂર કરવા જોઈએ. અને માટે લીનાં કપડાં કાઢ ઝેર વિરોધી પ્રવાહીમાં બોળીને વાજરી પછી તેમને કાઢ તેવાજ પ્રવાહી સાથે

મેળવેલા ગરમ પાણીમાં બોળવા એ સાઈ છે. ધરના નોકરો
 અને ખાસ કરીને તેમના હવાલામાં નાનાં બાળકો હોય તેવા
 નોકરોની સ્વચ્છતા ઉપર ખ્યાન આપવું જોઈએ કેમકે એ રોગ
 પહેલાં નાના બાળકોમાં જણાય છે. છોકરાંઓ અને તેમાં ખાસ
 કરીને ગરીબ લોકોના છોકરાંઓની વિશેષ કાળજી રાખવાની
 જરૂર છે કેમકે બગડેલો અથવા નહિ પચેલ થાણ એવો ખોરાક
 ખાવા તથા તેમના ગંદી જાતિ ટેવોને લીધે તેમને આ રોગ
 લાગુ પડવાની ધાર્તી છે. અને શાક બાજી ઘણી કાળજીથી
 ખાવા જોઈએ અને ફક્ત તાજા અને નંદુરના હાલતમાં હોય
 તેજ ખાવા જોઈએ. અને એવા બગડેલા ખોરાકના વેચાણ
 ઉપર મ્યુનિસિપાલિટીએ સખ દેખરેખ રાખવી જોઈએ સડવા
 માટેજો ખોરાક ઘણાજ નુકસાનકારક છે. રાંધવાની વાસણ સારી
 કલ્પવાળા અથવા ઍલ્યુમિનમનાં હોવાં જોઈએ. કોલેરા ફેવા-
 વવામાં માખીનો હિસ્સો ઘણી સારી રીતે સોટી કમીશનર સાઈએ
 ડાન મુનશીફે સમગ્રવ્યો છે. માટે તેઓ કાંઈપણ ખોરાક ઉપર એસી
 તેને દુષિત કરે નહિ તેને માટે ઘણી કાળજી રાખવી જોઈએ. રહે-
 વાના ઘરોમાં તેમને દૂર કરવાને પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. રોગના એપ
 વાળા માણસોના સમાગમમાં આવતાં સાવચેતી રાખવા જોઈએ
 અને દરદીના ઓરડામાં વપરાયેલી કે ત્યાંથી આવતી દરેક
 ચીજને પૂરેપૂરી રીતે દવાથી ઘોષ શુદ્ધ કરવી જોઈએ. જ્યારે
 જ્યારે કોલેરા કાંઈપણ સહેર કે ગામમાં કે જ્યાં કુવાનું પાણી
 પીવામાં લેવાતું હોય ત્યાં ફાટી નીકળતો અથવા તો કુવાના
 માણીમાં કોલેરાના જંતુઓ જણાય ત્યાં કુવામાં “પરમેગનેટ
 ઓફ પોટાશ” નાંખે છે. પહેલાં એ દવા નાંખેલા પાણી માટે
 એકાદ પહેલ હવે પણ તે હવે ધીમે ધીમે દૂર થયો છે અને



24



હવે લોકો એ નાંખવાનો આગ્રહ કરે છે. હાલમાં એક નવી રીત અજમાવવામાં આવી છે અને તે પરમેશ્વરને કરતાં વધુ અસરકારક માલમ પડી છે. ગ્લેશીયસ ઍસેટીક એસીડ જે સરકા જેવા ખાટા સ્વાદની દોષ છે તે પીવાના પાણીના કુવાઓમાં નાંખે છે અને તેની અસર લાંબા વખત સુધી રહેતી સાબીત થઈ છે.

હવે એ પ્રમાણે કુવાઓમાં દવા નાંખવાથી પાણી સાફ થાય છે એ આપણે જાણ્યું અને કેટલેક દરજ્જાએ અનુભવ્યું છે. પણ એમ કોઈક વખત કુવાઓમાં દવા નાંખી એટલે બધા બચ દૂર થયો એમ કદી સમજવું નહિ. કુવાઓને વારંવાર ભરાયરં રીતે ગળાયવા ને પછી તેમાં દવા ઘડી ઘડી નાંખી સાફ રખાવવા હવે એતો મ્યુનિસિપાલિટીનું કામ થયું. પણ આપણે લોકોએ પણ ફરજ બજાવવાની છે નહિંતો એ કાર્ય સંપૂર્ણ રીતે થતું નથી. લોકોએ સાફ કીધેલા કુવા આગળ વાસણ ઉઘાળવા અને તે કુવામાં બેળવા નહિ તેમજ મેલાં અથવા ખરાબ થયેલાં કપડાં પણ ઘેવાં નહિ અને મ્યુનિસિપાલિટીના માણસોએ વારંવાર તપાસ કરવી કે લોકો તે પ્રમાણે કરે છે કે નહિ અને જો કોઈ કપડાં ઘેતું અને વાસણ ઉઘાળતું આવમ પડે તો તેને તેથી થતા ગેરફાયદા સમજાવવા અને ફરી નહિ કરવાને તાકીદ આપવી. વળી આપણા શહેરના ઘણા લોકો નદીનું પાણી પણ પીએ છે, તેથી તેની પણ સંભાળ ભેવી જોઈએ. મ્યુનિસિપાલિટી એને ગળાવી તથા દવા નાંખી સાફ કરી શકે નહિ પણ એવા કપડાં ઘેતાં અથવા વાસણ અજ- ઢાળતાં અટકાવે તો ઘણો ફાયદો થાય. લોકોએ પોતે પણ

એ રીત નુકશાનકર્તા છે એમ જાણી તેનાથી પરેજ રહેવું. એ પાણીને વધુ નુકશાનકરતા ઓતારા, ઓગળા લંગર નાખેલા વહાણો ઉપરના ખારવા લોક છે. તેઓ ધણી વખતે પરદેશથી એ રોમ લાવે છે અને પોતાની કુદરતી હાજતો ધણે ભાગે નહિમાં ભેળતા રોગ શહેરમાં ફેલાવે છે, જ્યારેથી ભરૂચમાં કોલેરા ચાલે છે ત્યારે એ લોકોમાં દેખાયા વગર રહેતો નથી. માટે એ લોકોને વહાણ દૂર રાખવાનો હુકમ કરવો જોઈએ. અને તે માટે કલેક્ટર સાહેબ માર્શલે સરકારમાં અરજ કરી બંદોબસ્ત થવો જોઈએ.

આપણા ધણા લોકો ટાંકાના પાણી પીવામાં લે છે, તેથી તેની પણ સાંભાળ લેવાની આપણી પોતાની ફરજ છે. એમાં મ્યુનિસિપાલિટી કાંઈ કરી શકે નહિ, માટે આપણે ટાંકા સાફ રાખવાં અને તેમાં પણ પોટાશ પરમેંગનેટ અથવા ગ્લેશીયલ એસીડીઃ એસીડ નાંખવા.

પીવાનાજ પાણીથી કોલેરા થાય છે એમ અવશ્યનું નથી નહાયા ધોવા, અને વાપરવાનું પાણી, પણ આખું જોઈએ અને જો કોલેરાના જંતુઓ તેમાં હોય તો તેપણ રોગ લાગુ પાડવાને પુરતાં છે, માટે મ્યુનિસિપાલિટીએ ખાનગી મહોલ્લાઓમાંની કુદ અથવા કુવાઓને સાફ રાખવા અથવા રખાવવા જોઈએ. દૂધને વાપરતાં પહેલાં બરાબર ઉકાળવું અને પછી ગ્લાસ અથવા ચીની વાસણમાં નાંખીને તે ઉપર બંધબેસતું ટાંકણું ઢાંકવું અને મોરી આગળથી દૂર ઠંડકવાળી સ્વચ્છ જગ્યાએ રાખવું, અને જેમ વહેલું અને તેમ વાપરી નાંખવું. સખબ એને જલદી ખગડી જવાનો સંભવ રહે છે.

શ્રી વિદ્યાનાથ મંદિર
(નં ૨૦-૨૧)

પાણીની કીલ્લો-બુઓ પાનુ ૧૩
ચિત્ર નં ૩

અમુખાગરી બની મુખાગરી નં ૨૦
કચ્છની ગાડી-બુઓ પાનુ ૧૪-૧૫
ચિત્ર નં ૬

જાણ "પાણીના" પ્રેમ.

રસી.

ચોડા વર્ષ થયાં બીજા રૂપમાં અટકાવવાના ઇલાજો લેવામાં આવે છે. દાખલા તરીકે કૉલેરાના જંતુના ઝેરમાંથી પેદા કીધેલી રસી ઓફીસર હૅક્કીન, જેણે મરકીની પણ રસી શોધી છે અને લાંબા વખત થયાં આપણા દેશમાં ફાયદાકારક માલુમ પડે છે, તેણેજ કૉલેરાની પણ રસી બનાવી તેની અજમાયસ લીધી છે. પહેલાં જંતુઓના નરમ સેરવાની રસી મૂકવામાં આવે છે અને પછી ગીનીપીગને મૂકવામાં આવેલી રસીવાળા લોહીની જલદ રસી મૂકવામાં આવે છે. આશરે ૧૭ ટીપાં નરમ રસી પહેલાં એક બાળુએ મૂકવામાં આવે છે અને પછી જલદ રસી ચાર પાંચ દિવસે બીજી બાળુએ મૂકવામાં આવે છે. માથું દુખવું, તાવ, અને બેચેની દરેક વખત રસી મુક્યા પછી ત્રણ ચાર દિવસ સુધી પહોંચે છે.

પોર્ટસ્માઉથના હેલ્થ ઓફીસર ડૉ. ધરની માંબીઓનો એ. માર્નસ ફ્રેઝરે નીચે પ્રમાણે આ નીકાલ.

સંબંધમાં યાદી કાઢી હતી:—

માંબીઓ તરફનું ધણું જોખમ એ છે કે તેઓ ખોરાક ઉપર ગંદવાડ અને રોગનાં જંતુઓ લાઇ જાય છે. આ બીક દુર કરવાની રીતો દેખીતી છે. અમલમાં મૂકવાનો એક મુખ્ય ઇલાજ એ છે કે ધરનો કાંઈપણ કચરો, રસોડાનો કાંઈપણ ગંદવાડ અથવા તો તબેલાનું કાંઈપણ ખાતર માંબીઓ ઉછરે તેટલો લાંબો વખત રહેવા દેવો જોઈએ નહિ. કચરાની પેટીમાં વુખતો વખત પેરેફીન કલોરાઇ ઓફ લાઇમ અથવા તો બીજી

શુદ્ધિની દવા નાંખો. હંમેશાં તેને ઢાંકેલી રાખો. સઘળા ખોરાકને ઝીણી તારની જાળી ઢાંકેલી રાખો અને ખાસ કરીને માંખોને દૂધ અથવા તે બાળકોના ખોરાક ઉપર બેસતી અટકાવો. ઘરમાં બની શકે તેટલાં માંખોને “ફ્લાઈ પેપર” ફ્લાઈ “ટ્રેપ” માંખોના ઝેર (૨ ચાહુના ચમચા ફોર્મેલીન એક પોઈન્ટ દૂધમાં નાંખી તેની લરેલી રકાબીઓ અસરકારક ઝેર થાય છે) અને બીજા ઇલાજોથી ભરી નાંખો એમ છતાં માંખો મારવી એટલાથી એ બાબતનો નીકાલ થઈ જતો નથી એના ઉછેરની બધી જગ્યાઓ બંધ કરીને ને ઘરનો કંઈપણ કચરો, ઑડવાડો, હાડકાં, મેવાનાં છોડાં વિગેરે ઘરના વાડા કે બાગોમાં પડી નહિ રહેવા દેવાની કાલજી રાખીને કરી શકાય છે. દરદનો હુમલો થતાં દરદીને સુવાડેલો રાખવો અને પેટ ઉપર મોટું રાઇનું પ્લાસ્ટર મૂકવું. ને ડોક્ટરને દેખાડી બીજા ઉપાય કરાવવા. દરમ્યાન જે ગોટલા આવતા હોય તે ત્યાં રાઈ અથવા સૂંક મસલવી અથવા રાઇના પ્લાસ્ટર મારવાં. દરદીને સુવાડેલોજી રાખવો અને ઝાડો પીશાય પણ બીજાના ઉપર બેડપેન અથવા માટીના કાચલામાં કરાવવો અને આગળ કહી ગયા તેમ તેનો નિકાલ કરવો. દરદીને ગભરાવવો નહિ પણ હિંમત આપવી અને ઘરનાં બીજાં માણસોએ પણ કશી બીક રાખવી નહિ. સખખ બીકથી બહુ તુકશાન થાય છે. આપણા શરીરમાં જે રસ જંતુઓના ઝેરને નિર્મૂળ કરે છે તે ધાર્તીથી ઓછા થાય છે અથવા તદ્દન બંધ થઈ જાય છે અથવા હલકા પ્રકારના બને છે. અને તેથી જંતુના ઝેરને માણસ ઉપર તુકશાનકારક પરિણામ નિપજાવવામાં સહેલ પડે છે.

ગરમી અને લોહી પાછું ફરતું ચાલુ કેટલાક ચિન્હોના કરવાને મોટી ગરમ રાખતું પોલ્ટીશ સંખંધમાં વૈદકી પેટા ઉપર અને છાતીના નીચલા ભાગ સિવાયના અગ- ઉપર લગાડવામાં આવે છે અને ગરમ ત્યના ઇલાજો. બાક રેતીની કાચળીથી પગ અને તળીઆને શેક અને ગરમ હાથથી ધસવાનું જરૂરી ગણે છે. સખ દુખની આંકડીઓ ગરમ ઉપચારોથી મટી જાય છે.

બરફ ચૂસવાથી ઉલટી મટી જાય છે. તરસ મટાડવાને ગરમ ચાહ, કૌફી, ટોસ્ટ અને પાણી અને ખેલાન અવસ્થામાં ગરમ પાણી છૂટથી આપવું જોઈએ પણ સંભાળ રાખવી જોઈએ કે પેટ ઝૂસી જાય નહિ. થોડો પ્લાન્ડી અથવા તો બ્લીસ્કી ગરમ ચાહ અથવા કૌફી માંહે ઉમેરવી જોઈએ.

એ દિવસ કંઈપણ ખોરાકમાં આપવું નહિ પણ ત્યારબાદ પાતલી એરોસ્ટની પાણીમાં બનાવેલી બખે ચમચા ફાંજ ત્રણ ચાર કલાકે આપવી અને અંદર થોડું નિમક નાંખવું. કવીનાઇન અને હાઇડ્રો કલોરિક એસીડ ટૉનિક તરીકે અને થોડા વખત સુધી હલકો મુખ્યત્વે કરીને પ્રવાહી ખોરાક લેવો જોઈએ.



ભરૂચ સેનિટરી એસોસિએશનમાં શું તમે નહીં જોડાવ ?

૧ રા. ૧માં વાર્ષિક કે રા. ૨૫માં છ'ઈર્ગીબરના
મેમ્બર થવાથી ઘરખેડાં તંદુરસ્તીને લગતી તબામાં તબી
સાચમાં સારી ચોપડીઓ પાંચવા મળે છે.

૨ રા. ૧થી વધુ કીમતની સચિત્ર સરલ અને વિદ્યાન કાકટ-
શાએ તયાર કરેલી ચોપડીઓ અને એક ઉપયોગી
ત્રિમાસિક મફત મળે છે.

૩ જમદુઈ કાનસથી રેગો અને અકસ્માતની
સારવારના ભૂપણો અને તેવીજ સચિત્ર નકશાઓથી
સમજીતીના લાભ ઘરખેડાં છલ્લાના ગમે તે ભાગમાં મળે છે.

૪ તંદુરસ્તીના નિયમો અને સાવચેતીઓનું પાતાવરણ
ખોતાના પાઠોશીઓનાં, શહેરમાં અને આખા ઝલ્લામાં કવા
પવાના કામમાં મદદ કરવાનો સંતોષ થાય છે માત્ર આજે ત
આજે મેમ્બર થાવ.

સચિત્ર આગેજ્યમાળા.

૧. ડૉ. (મિસ) મોન્ટ ગોમરી - "મિલેરીઆના મચ્છરો"
કીમત. ૦-૪-૦

૨. ડૉ. જમશીદ મુનશીદ. ૧ - "ઘરની સાખી"
(૬૦ સેં કમીશનર ગુજરાત.) કીમત ૦-૪-૦

૩. ડૉ. જહાંગીર અ. કેલાવાલા - "કેલેરા" કીમત ૦-૦-૬

૪. ભરૂચ સેનિટરી એસોસિએશનનું ત્રિમાસિક બુલેટીન
આંડ મેકેરી ભરૂચ સેનિટરી એસોસિએશન.

Printed by Jehangir Ardeshir Ghanchhi at the
'Prince of Wales' Press No. 10-18 from Mr Parshtoon
Ghanchhi Bhutwala's Building Katora Slope
Breach and Published at Breach by the Hon.
ary, Breach Sanitary Association.

